

2025年 夏号

culture school

講座案内

夏のキャンペーン

①1ヶ月チャレンジ(6,7,8月中の1ヶ月間)

《こども・親子講座》

1ヶ月分の受講料でお試し受講

(登録事務手数料不要・教材費別途・一部除く)

②既存講座 体験費1,100円

(一部除く)

体験当日の受講申し込みで

③体験費キャッシュバック

(一部除く)

②、③のみ6月30日(月)まで

NEW

ターンやバランスの基礎基本動作  
体幹バランスアップエクササイズ



ダンスやバレエ・アスリートを目指して日々頑張っている人にとって基本的なターンやバランス動作などが苦手なお子さんやアスリート、大人の方まで基礎基本エクササイズの講座です。

◆第1・3(日)  
16:00~16:45(6歳まで親子クラス)  
17:00~17:50小学生  
18:00~19:00中学生以上

◆受講料／  
親子クラス・小学生まで=3,850円/  
中学生以上4,180円

◆講師／  
鈴木 千賀子

無料 5/18(日)16:00~16:45(6歳まで親子クラス)  
体験会 17:00~17:30小学生・18:00~18:30中学生以上

NEW

少人数制で実力UP!  
中学・高校生のデッサン強化講座(全6回)



美術系高校、大学を目指す中学生、高校生対象です。デッサンの基礎から応用まで少人数制でしっかり学べる講座です。

◆第2・4(木)  
18:30~20:30  
◆受講料／4,180円

無料 5/22(木)  
体験会 18:30~19:30

◆講師／  
蛭田 憲一

NEW

自宅で即、実践できる!!  
身体メンテナンス



お仕事帰りに無理なくできるタオルを使った体のメンテナンス方法を細やかに説明し質問などにも対応しながら進めていきます。

◆第1・3(水)  
18:30~19:30  
◆受講料／4,180円

無料 5/21(水)  
体験会

◆講師／  
荒川 薫

おすすめ

小筆から大筆まで  
書道アート&美文字講座



ご自分のペースで楽しくおけいこしましょう。一人一人に合わせたお手本をご準備致します。

◆第1・3(土)  
10:15~12:15  
◆受講料／3,960円  
◆教材費／550円

無料 5/17・31(土)  
見学会 10:30~11:00

◆講師／  
半澤 紫雪

おすすめ

カッコよく、楽しく踊ろう!  
ジュニアダンス



人気のK-POPやHIPHOPなどいろいろな曲に合わせて踊りましょう。リズムどりからなので大丈夫です。

◆第2・4(月)  
18:00~18:50  
◆受講料／3,850円

体験会 5/26・6/9(月)  
体験費1,100円

◆講師／  
八島 玲奈

おすすめ

イラストレーターが教える  
手描きコミックイラスト



オリジナルのイラストが描ける!鉛筆で作画の構図やより豊かな表現方法が学べます!!

◆第3(土)  
13:00~15:00(中学生以上)  
15:30~17:00(小学生)

◆受講料／  
2,750円(中学生以上)  
2,310円(小学生)

無料 5/17・6/21(土)  
体験会 体験費1,100円  
教材費220円

◆講師／  
高野 麻里子

NEW

いやしの音色で弾き語り  
カリンバ教室



カリンバでやさしくやさしく歌いながら楽しく演奏しましょう!先生オリジナルの楽譜で音符が読めなくても安心して始められます。

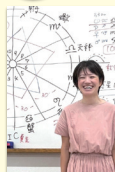
◆第3(土)  
10:30~12:00  
◆受講料／2,200円

無料 5/17(土)  
体験会 11:00~12:00

◆講師／  
えんどう おさみ

NEW

超初級  
やさしい西洋占星学



星占いははじめの一步をゆくり楽しく学びます。あなたの生まれ持った本質とこれからの運勢を読み解いていきます。

(全6回)  
◆第4(土)  
13:00~14:30  
◆受講料／2,970円  
◆教材費／  
初回テキスト代2,200円

5/24(土)スタート  
お申込みは5/18(日)まで

一口メモ

◆講師／  
池田 沙織

NEW

自分のペースではじめましょう  
文化箏(個人レッスン)



文化箏は誰でも手軽にお箏の音色を楽しめるよう、形を小さくし使いやすい改良したお箏です。気軽に日本の音色を楽しんでみませんか。

(40分)  
◆第1・3(金)  
12:30~15:30  
◆受講料／4,950円  
◆教材費別途 レンタル有

無料 5/30(金)  
面談・体験会 詳細お時間は  
お問合せ下さい。

◆講師／  
菅 綾子

おすすめ

きれいなカラダづくりを  
ベリーダンス



若い方から中高年の方まで楽しく踊れ、腰痛予防・代謝アップ・ストレス解消にはじめてみませんか。

◆毎週(金)  
19:15~20:35  
◆受講料／7,700円

体験会 5/16・23・30(金)  
体験費1,100円

◆講師／  
Harumi

おすすめ

キャンシー中島の  
ハワイアンキルト



初心者の方でも色んな技法を学んで小物からバッグ等を夏に向けて楽しく作りましょう。

◆第2(月)  
13:30~14:00  
◆受講料／2,640円

無料 6/2(月)  
見学会 13:30~14:00

◆講師／  
富澤 眞理子

おすすめ

自分の身体と向き合う  
やさしいヨガ



身体が硬くても大丈夫呼吸に合わせて動く動作をわかりやすく、今日の体調をうかがいながらスタートします。腰痛や肩こり等でお困りの方はじめてみませんか?

◆第2・4(月)  
19:15~20:30  
◆受講料／4,180円

体験会 5/26・6/9(月)  
体験費1,100円

◆講師／  
アッキー

NEW

こどもから大人まで  
将棋教室



年齢や性別に関係なく楽しめる将棋。基本的なルールや指し方などレベルに合わせて指導いたします。

◆第2・4(土)  
15:00~17:00  
◆受講料／  
3,960円(中学生以上)  
3,630円(小学生)

無料 5/24(土)  
体験会

◆講師／  
大江 和男

NEW

思い出、お気に入りの生地を使って  
ぬいぐるみ・小物づくり



お子さんの小さい時の思い出のお洋服やお着物等お気に入りの生地で、ぬいぐるみや普段使いの雑貨や小物を作ります。

(全3回)  
◆第3(土)  
10:15~12:15  
◆受講料／2,750円

無料 5/17(土)  
説明会 10:30~11:00

◆講師／  
大浦 知子

NEW

人生100年のそなえ  
シニアライフプラン



1.金融・2.保険  
3.年金・4.税  
ゆくり、じっくり少人数で行います。

(全4回)  
◆第2(土)  
10:15~12:15  
◆受講料／2,200円  
◆教材費別途

一口メモ 6/14(土)スタート  
お申込みは6/4(水)まで

◆講師／  
佐久間 進

おすすめ

楽しいシャンソン



皆さんが知っている曲をピアノの伴奏で心豊かに楽しく心をこめて歌いましょう。

◆第2・4(水)  
13:00~14:15  
◆受講料／4,290円  
◆教材費別途

体験会 5/28・6/11(水)  
体験費1,100円

◆講師／  
青山 涼子

おすすめ

歩く楽しみを再発見!!  
健康ウォーキング 1・3(火)



まだまだ知らない歴史ある福島の街なかウォークなどを楽しみましょう。7キロ以上コース

◆第1・3(火)9:30~14:00  
◆受講料／2,530円  
交通費別途

5/20・6/3(火)  
※行程はお申込み時お知らせいたします。体験費1,100円

体験会

◆講師／  
ふくしま歩こう会指導員

おすすめ

発音・発声の基本から読む技術まで  
はじめての朗読



基本から学び、読んで伝える楽しい朗読をはじめてみませんか?

◆第2・4(月)  
10:30~12:00  
◆受講料／3,960円

体験会 5/12・26(月)  
体験費1,100円

◆講師／  
荒川 守

NEW

数字は宇宙からの恩恵  
はじめての数秘術



人の悩みの9割が人間関係と言われる現代。数秘術が対人関係の辛さを軽くするきっかけになるかもしれませんよ。

(全5回)  
◆第3(水)  
18:30~20:00  
◆受講料／3,960円

一口メモ 6/18(水)スタート  
お申込みは6/8(日)まで

◆講師／  
菅野 友紀乃

1DAY  
スペシャル

お花で癒されましょう!!  
大人可愛く夏のアレンジメント



元気になる色合いの季節のお花でアレンジメントを作ります。

①6/11(水)10:30~12:00  
②6/13(金)18:00~20:30  
③6/19(木)13:30~15:00  
◆受講料／2,420円  
◆教材費／3,800円  
(器持帰り用袋代込み)

◆講師／  
伊藤 幸子

※講座お時間は18時から20時30分終了しておりますが、受講時間は1時から1時間30分です。

1DAY  
スペシャル

楽しく、かわいく描いて作る  
ひょうたんランプ作り



季節のイベントや、かわいいた動物を描いたり、穴をあけてビーズを入れたり。暗いお部屋に灯る明かりに癒されます。

◆6/11(水)  
13:00~15:00  
◆受講料／2,420円  
◆教材費／2,500円~3,000円

◆講師／  
坂口 由美子

登録事務手数料不要

おすすめ

おもしろく役に立つ  
宇宙と地球のお話



地球外生命の存在・プレートテクトニクスなど今日の科学が解き明かした宇宙と地球の最新の姿をやさしくお話しします。

◆第4(土)  
13:00~14:30  
◆受講料／2,750円  
◆初回テキスト代1,023円

5/24(土)  
宇宙とは?太陽系とは?  
体験費1,100円

◆講師／  
高梨 光一

おすすめ

作る楽しみ♪  
手編み教室(月)



かぎ針や棒針を使って、季節のニットのお洋服や余った毛糸で小物など編んでみませんか。

◆第2・4(月)  
10:30~12:30  
◆受講料／3,960円  
◆教材費別途

無料 5/26・6/9(月)  
見学会 11:00~11:30

◆講師／  
柏倉 純子

おすすめ

タイ式ヨガで楽しく健康作り  
ルーシーダットン



ルーシーダットンの特徴である呼吸法を行い、どんなにでも安心して楽しく健康な身体作りを行っています。

◆第1・3(火)  
13:00~14:00  
◆受講料／3,960円

体験会 5/20・6/3(火)  
体験費1,100円

◆講師／  
本田 照美

NEW

大人可愛くワンポイントアクセント  
ビーズ&ワイヤーアクセサリ教室



はじめてのハンドメイド挑戦!スタートは大きなビーズを使った作品から作りますので安心して始められます。

◆第3(日)  
10:30~12:30  
◆受講料／2,630円  
◆教材費別途

無料 5/18(日)  
体験会 10:30~12:30  
教材費2,200円

◆講師／  
kanoa

1DAY  
スペシャル

作って飾って楽しもう!!  
親子でキャンドルづくり



夏休みの思い出と一緒に作って、飾って楽しくかわいいキャンドルを作しましょう。

(5才以上小学生以下の親子6組限定)  
◆8/8(金)15:00~16:30  
◆受講料／2,200円  
◆教材費／2,500円

◆講師／  
齊藤 智子

登録事務手数料不要

1DAY  
スペシャル

心をこめて  
仏花づくり



プリザーブドフラワーやアーティフィシャルフラワーでご供養のお花を一对作りします。(当日お花や色を選べます)

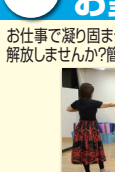
◆6/17もしくは7/15(火)  
13:30~15:30  
◆受講料／2,640円  
◆教材費／4,400円  
(花器代込み)

◆講師／  
阿部 美香子

登録事務手数料不要

おすすめ

笑顔で踊ろう!  
お勤め帰りのフラ



お仕事で疲れた体を、ハワイアン音楽に合わせて解放しませんか?簡単な動きで、どんなにでも始められます。

◆第1・3(火)  
18:30~19:30  
◆受講料／4,180円

体験会 5/20・6/3(火)  
体験費1,100円

◆講師／  
菊地 奈緒子

2DAY  
スペシャル

夏休み課題「絵画・工作」教室



課題の工作や絵画を2日間で仕上げます。[限定8名]

◆8/2・3(土・日)  
13:30~15:00  
◆受講料／4,180円

◆講師／  
浅野 京子・長久保 智子

登録事務手数料不要

学研監修の英語検定対応レッスンが続々登場!!  
マンツーマン 幼児~大人

★ご来店特典★  
60ポイントプレゼント!  
※1ポイント=10分レッスン1回分  
(発行より180日有効)  
※WEB申込みの場合は対象外となります。

●第1回10分~ ●無料トライアルレッスンあり  
●講師/クラウドティ専用外国人講師  
カルチャー・店頭で申込可(現金でのお支払いのみ)  
詳しくは <https://www.cloudt.jp/> クラウドティ

CULTURE

●一流の講師とすばらしい仲間

福島カルチャーセンター

この他にも多彩な講座があります!!裏面講座一覧もご覧ください。〒960-8031 福島県福島市栄町1-1 エスパル福島 5F TEL.024-563-1421(代)

シニア・18才以下の 特典!!

登録事務手数料 2,200円  
半額 1,100円  
70才以上、18才以下のご新規

受講のご案内

●登録事務手数料は2,200円です。●70才以上の方、18才以下の方は1,100円です。●3年を超えて受講実績がないと自然退会になります。●詳しくは、受付に用意した「受講のご案内」をご覧ください。●都合により開講できないこともあります。●別途運営維持費を頂きます。

個人情報について

受講申込みの際には、氏名、住所、電話番号、メールアドレスなどのご記入をお願いしております。講座に関する連絡や、サービス向上を図る目的で利用させていただきますが、個人情報の厳密保持には万全を期しておりますので、ご協力をお願い申し上げます。

表記の金額は税込です

※体験・説明会は事前にご予約ください。 <https://culture.gr.jp> カルチャー 検索 NO.2025\_05



| 美術                           |                |                                      |                     | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
|------------------------------|----------------|--------------------------------------|---------------------|--------------------|
| 基礎デッサンと水彩                    | 横井 薫           | 月②④<br>13:30~15:30                   | 3,960円              |                    |
| 絵 画 教 室                      |                | 火②④<br>14:00~16:15                   | 5,280円<br>教材費330円   |                    |
| 現代水彩画                        | 浅野 英明          | 水②④<br>10:15~12:15                   | 3,960円<br>教材費330円   |                    |
| 淡 彩 画                        |                | 水②④<br>13:00~15:00                   |                     |                    |
| アクリル画                        |                | 金②④<br>10:15~12:15                   |                     |                    |
| オリジナル水彩画                     |                | 金②④<br>13:00~15:00                   |                     |                    |
| 週末の絵画教室                      |                | 土①③<br>10:15~12:15                   |                     |                    |
| 日本画教室                        | 齋藤 直之          | 火①③<br>13:00~15:15                   | 5,280円<br>教材費330円   |                    |
| やさしい日本画                      | 浅野 英明          | 火②④<br>14:00~16:15                   | 5,280円<br>教材費330円   |                    |
| 墨 彩 画                        | 橋本 広喜          | 木②④<br>13:00~15:00                   | 3,960円              |                    |
| デッサンと<br>油 絵 の 魅 力           | 蛭田 憲一          | 日①③<br>10:30~12:30                   | 3,960円<br>教材費330円   |                    |
| 絵の基礎を<br>身につける講座             |                | 日①③<br>13:15~15:15                   |                     |                    |
| デッサンと絵画                      |                | 金①③<br>18:30~20:30                   |                     |                    |
| 中学・高校生の<br>デッサン強化講座<br>(全6回) |                | 木②④<br>18:30~20:30                   |                     | 4,180円             |
| 絵 手 紙                        | 菅野マス子          | 金①③<br>13:00~15:00                   | 3,960円              |                    |
| 手描き<br>コミックイラスト              | 高野麻里子          | 月①<br>13:00~15:00                    | 2,640円<br>教材費330円   |                    |
|                              |                | 土②<br>10:15~12:15                    |                     |                    |
|                              |                | 水①③<br>中学生~大人<br>18:15~20:15         | 4,290円              |                    |
| ほんわか<br>やさしい似顔絵              | 作山 恵実          | 土③<br>中学生~大人<br>13:00~15:00          | 2,750円              |                    |
|                              |                | 水④<br>10:30~12:00                    | 2,970円              |                    |
| パステルシャインアート                  | 高橋 美樹          | 月④<br>13:30~15:30                    | 2,750円              |                    |
| 書 道                          |                |                                      |                     | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
| 実 用 書 道                      | 鈴木 蒼舟<br>鈴木 蒼心 | 初級部<br>10:05~12:05                   | 3,960円<br>教材費660円   |                    |
|                              |                | 初級部<br>13:00~15:00                   |                     |                    |
|                              |                | 火①<br>中級部<br>(経験者)<br>15:20~17:20    |                     |                    |
|                              |                | 初級部<br>18:30~20:30                   |                     |                    |
| 書 道                          | 新國 雅堂          | 金①③<br>初級部<br>13:00~15:00            | 3,960円              |                    |
|                              |                | 火①③<br>10:15~12:15                   |                     |                    |
| 実用書道・かな書道                    | 國分 春泉          | 木①③<br>10:05~12:00                   | 3,960円<br>教材費660円   |                    |
| 漢 字 ・ か な                    | 羽田 招佳          | 月②④<br>13:30~15:30                   | 4,290円<br>教本代別途     |                    |
| 書道アート&<br>美 文 字 講 座          | 半澤 紫雪          | 土①③<br>10:15~12:15                   | 3,960円<br>教材費550円   |                    |
| 書道・ペン字                       | 山貝 蒼花          | 水①③<br>18:30~20:30                   | 3,960円<br>教材費660円   |                    |
|                              |                | 金①③<br>18:30~20:30                   |                     |                    |
|                              |                | 土①③<br>17:30~19:30                   |                     |                    |
| 吉祥花文字                        | 由 凰            | 水②<br>13:00~15:00                    | 2,750円              |                    |
| 生け花・フラワー                     |                |                                      |                     | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
| 池 坊                          | 遠藤 信月          | 火②④<br>13:00~15:00                   | 3,960円              |                    |
| いけばな小原流                      | 鈴木 睦杯          | 木②④<br>13:30~15:30                   | 3,960円              |                    |
| やさしい茶花                       | 遠藤 桂月          | 土④<br>10:15~12:15                    | 2,420円<br>教材費1,320円 |                    |
| 季節の茶花                        |                | 土④<br>13:30~15:30                    |                     |                    |
| はじめての茶花                      | 小野 秋月          | 水①<br>10:15~12:15                    | 2,420円<br>教材費1,320円 |                    |
| 夜のフラワー<br>アレンジメント            | 伊藤 幸子          | 金②<br>18:00~20:30<br>(要講師<br>1時間30分) | 2,640円              |                    |
| フ ラ ワ ー<br>アレンジメント           | 佐藤 郁恵          | 水②<br>10:30~12:00                    | 2,420円              |                    |
| インテリアフラワー                    | 伊藤 幸子<br>佐藤 郁恵 | 木③<br>13:30~15:00                    | 2,640円              |                    |

| 趣味・くらし                           |        |                                                  |                                    | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
|----------------------------------|--------|--------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------|
| 永島<br>きもの教室<br>(女性限定)            | 永島 絹子  | 金<br>18:30~20:30                                 | 5,940円<br>(入門)<br>7,260円<br>8,580円 |                    |
|                                  |        | 金<br>①③or②④<br>18:30~20:30                       | 3,960円<br>(入門)<br>4,620円<br>(初修)   |                    |
|                                  |        | 月①③<br>初心者から<br>経験者まで<br>13:00~15:00             | 5,060円                             |                    |
| 健康麻雀講座                           | 小池 光一  |                                                  |                                    |                    |
| <b>新</b> 将 棋 教 室                 | 大江 和男  | 土②④<br>15:00~17:00                               | 3,960円                             |                    |
| 四柱推命学の<br>星座達                    | 我妻 玉琴  | 木②<br>14:00~16:00                                | 2,420円                             |                    |
| 運命学・<br>姓名判断入門<br>(全6回)          | 八木 一幸  | 水④<br>10:30~12:00                                | 2,750円<br>初回テキスト代<br>2,200円        |                    |
| <b>新</b> はじめての<br>数 秘 術<br>(全5回) | 菅野友紀乃  | 水③<br>18:30~20:00<br>8/18(土)スタート<br>8月のみ35/8回まで  | 3,960円                             |                    |
| 楽しいタロット                          |        | 土④<br>10:30~12:00                                | 2,970円                             |                    |
| <b>新</b> やさしい<br>西洋占星学<br>(全6回)  | 池田 沙織  | 土④<br>13:00~14:30<br>5/24(土)スタート<br>8月のみ35/18回まで | 2,970円<br>初回テキスト代<br>2,200円        |                    |
| 酒飲亭いさん<br>落 語 教 室                | 酒飲亭いさん | 木②<br>18:00~19:30                                | 2,970円<br>(小学生)<br>2,200円          |                    |

| 音 楽                                           |          |                           |                                       | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
|-----------------------------------------------|----------|---------------------------|---------------------------------------|--------------------|
| ヴォイスと抒情歌                                      | 谷 政子     | 月①③<br>11:00~12:20        | 3,960円<br>初回テキスト代<br>1,100円           |                    |
| 大人の<br>童謡・愛唱歌                                 | 鈴木みどり    | 水②④<br>10:30~12:00        | 3,960円<br>テキスト代別途                     |                    |
| うたって民謡                                        | 長尾 廣光    | 木①③<br>10:15~11:45        | 3,960円                                |                    |
| 楽しいシャンソン                                      | 青山 涼子    | 水②④<br>13:00~14:15        | 4,290円                                |                    |
| カラオケ健康講座                                      | 大野美江子    | 金①③<br>13:00~15:00        | 3,960円                                |                    |
| ヴァイオリン教室                                      | 河野美紀子    | 金②④<br>13:00~15:00        | 6,050円<br>テキスト代別途                     |                    |
| 気軽にマンドリン<br>屋下がりの<br>ウ ク レ レ<br>ウクレレで<br>ハナホウ | 岩崎 充子    | 日①③<br>初心者<br>10:15~11:00 |                                       |                    |
|                                               |          | 月④<br>経験者<br>11:10~12:10  |                                       |                    |
| 気軽にマンドリン                                      | 白石 宏道    | 月①③<br>10:30~12:00        | 3,960円                                |                    |
| 尺 八                                           | 長尾 廣光    | 木①③<br>12:00~13:00        | 3,300円                                |                    |
| 篠 笛                                           | 山口 千壽    | 月②<br>15:00~17:00         | 3,300円<br>テキスト代別途                     |                    |
| ステップアップ<br>ハーモニカ                              | 木村 正義    | 火②④<br>13:00~14:30        | 3,960円<br>テキスト代別途                     |                    |
| ハ ー モ ニ カ                                     | 横山 智子    | 金②④<br>10:30~12:00        | 3,960円<br>テキスト代別途                     |                    |
| ハーモニカ(火)                                      | 櫻井 武二    | 火②④<br>15:00~16:30        | 3,960円<br>テキスト代別途                     |                    |
| オ カ リ ナ                                       | えんどう おさみ | 土①③<br>13:00~14:30        | 3,300円                                |                    |
| <b>新</b> カリンバ教室                               |          | 土③<br>10:30~12:00         | 2,200円                                |                    |
| ギ タ ー 教 室                                     | JIN サトウ  | 日②④<br>13:30~15:00        | 3,960円<br>テキスト代別途                     |                    |
| 津 軽 三 味 線                                     | 長尾 廣光    | 金②④<br>10:30~12:00        | 3,960円<br>レンタル有                       |                    |
| 文 化 箏                                         | 菅 綾子     | 金①③<br>10:15~12:15        | 4,290円<br>レンタル有                       |                    |
| キ ー ボ ー ド                                     | 佐藤 恵     | 日②④<br>10:30~11:30        | 4,620円<br>テキスト代別途<br>レンタル有り<br>1,100円 |                    |
| 張会斌・楽しい<br>二胡教室(入門)                           | 田口 里美    | 土①③<br>11:00~12:00        | 5,940円<br>別途レンタル有                     |                    |

| 音楽(個人レッスン)             |          |                                     |                                                    | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
|------------------------|----------|-------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------|
| ギ タ ー                  | JIN サトウ  | 日①③<br>小学生以上<br>10:30~13:00<br>(初修) | 3,960円<br>(30分)<br>テキスト代別途                         |                    |
| ギター&ウクレレ               | 渡邊 俊夫    | 火②④<br>13:30~19:00                  | 4,620円<br>(30分)<br>テキスト代別途                         |                    |
| 生田流 箏曲                 | 蕃建 笙子    | 水①②③<br>12:30~17:00                 | 6,490円<br>(30分)                                    |                    |
| 大 正 琴                  | 佐藤 康子    | 金②④<br>10:30~12:30                  |                                                    |                    |
| <b>新</b> 文 化 箏         | 牛尾千賀子    | 火①③<br>10:15~15:00                  | 5,280円<br>(60分)                                    |                    |
| 尺 八 入 門                | 菅 綾子     | 金①③<br>12:30~15:30                  | 4,950円<br>(40分)<br>レンタル有                           |                    |
| 津 軽 三 味 線              | 橘 梁盟     | 月②④<br>15:00~19:00                  | 4,620円<br>(30分)                                    |                    |
| カ ラ オ ケ                | 長尾 廣光    | 木①③<br>14:00~18:00                  | 4,510円<br>(30分)                                    |                    |
| ヴォーカルレッスン              | 大野美江子    | 金①③<br>15:30~18:00                  | 5,280円<br>(30分)                                    |                    |
| ボーカルレッスン               | 青山 涼子    | 水②④<br>10:15~12:15                  | 5,280円<br>(30分)                                    |                    |
| ボーカルレッスン               | 益留谷池子    | 月②④<br>13:00~17:00                  | 5,280円<br>(30分)                                    |                    |
| ボイストレーニング              | 橋本 康子    | 土①③<br>14:00~18:00                  | 6,050円<br>(45分)                                    |                    |
| 水曜ピアノ教室                | 鈴木みどり    | 木②④<br>14:00~17:00                  | 4,620円<br>(30分)<br>テキスト要相談                         |                    |
| はじめてのピアノ               |          | 水①③<br>10:30~14:30                  | 4,840円<br>(45分)<br>テキスト要相談                         |                    |
| ロ ー ラ ン ド<br>ピ ア ノ 教 室 | RMS 専任講師 | 火②④<br>11:00~18:40                  | 4,620円<br>(30分)<br>テキスト代別途                         |                    |
| ピ ア ノ 教 室              | 益留谷池子    | 水①③<br>14:00~18:00                  | 4,620円<br>(30分)                                    |                    |
| ピアノレッスン                | 内田 ゆき    | 木①③<br>10:15~19:00                  | 4,620円<br>(30分)                                    |                    |
| 休日のピアノ教室               | 加藤あゆみ    | 日①③<br>13:30~14:00                  | 4,620円<br>(30分)                                    |                    |
| お気に入りピアノ               | 松野 佳子    | 日②④<br>10:30~15:00                  | 4,620円<br>(30分)                                    |                    |
| 手工芸・ものづくり              |          |                                     |                                                    | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
| 陶 芸 教 室                | 近藤 京子    | 水①③<br>13:00~15:00                  | 3,960円                                             |                    |
| はじめての陶芸教室              |          | 水③<br>10:15~12:15                   | 2,750円                                             |                    |
| 手 編 み 教 室              | 柏倉 純子    | 月②④<br>10:30~12:30                  | 3,960円                                             |                    |
| リフォーム<br>& 洋裁          | 浜本千香子    | 火②④<br>10:15~12:15                  | 4,400円<br>教材費150円                                  |                    |
| 和 裁 教 室                | 永島 絹子    | 土②④<br>13:30~16:30                  | 4,950円                                             |                    |
| マーブルアート                | 佐藤 礼美    | 水②<br>10:15~12:15                   | 3,300円<br>(初級)<br>4,400円<br>(中級)<br>4,950円<br>(上級) |                    |
| 木 彫 り                  | 遠藤ひろ子    | 水①③<br>13:30~15:30                  | 3,960円                                             |                    |
| レザークラフト                | 佐藤 俊太    | 水④<br>13:00~15:00                   | 2,640円                                             |                    |
| 籐 工 芸                  | 半澤 敬子    | 木②<br>13:00~15:00                   | 3,960円                                             |                    |
| 自然を編む                  | 尾形 富枝    | 土②④<br>10:15~12:15                  | 2,970円                                             |                    |
| カルトナージュ                | 横田 陽子    | 火①③<br>13:30~15:30                  | 3,960円                                             |                    |
| ひょうたんランプ<br>& トールペイント  | 坂口由美子    | 月①<br>10:30~12:30                   | 2,640円                                             |                    |
|                        |          | 水②<br>13:00~15:00                   | 2,420円                                             |                    |

| 手工芸・ものづくり                                        |                                                                         |                                                 |                                    | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------|
| クラフトテープ講座                                        | 佐藤 千夏                                                                   | 木①<br>13:00~15:00                               | 2,640円                             |                    |
| パッチワークキルト                                        |                                                                         | 水①③<br>10:15~12:15                              | 3,960円                             |                    |
| 刺繍と<br>パッチワークキルト                                 |                                                                         | 月②④<br>10:30~12:00                              |                                    |                    |
| いろいろ手法で<br>雑貨作り                                  | 大浦 知子                                                                   |                                                 |                                    |                    |
| <b>新</b> めいぐるみ・<br>小物づくり<br>(全3回)                |                                                                         | 土③<br>10:15~12:15                               | 2,750円                             |                    |
| シルクキルト<br>& つるし飾り                                | 鈴木 陽子                                                                   | 木①③<br>10:15~12:15                              | 3,960円                             |                    |
| ハワイアンキルト                                         | 富澤真理子                                                                   | 木①③<br>13:00~15:00                              |                                    |                    |
| 福島てまり講座                                          | 新妻 榮子                                                                   | 月①<br>初心者~<br>経験者まで<br>13:30~15:30              | 2,640円                             |                    |
| かわいい愛犬・愛猫<br>づくり(全6回)                            | 高田てい子                                                                   | 月①③<br>10:15~12:15                              | 3,960円<br>(月2回)<br>2,640円<br>(月1回) |                    |
| コスチューム<br>ジュエリー                                  | 鈴木 博子                                                                   | 木④<br>10:15~12:15                               | 4,840円<br>教材費<br>3,960円            |                    |
| <b>新</b> ビーズ&ワイヤー<br>アクセサリ教室                     | kanoa                                                                   | 木④<br>13:15~15:15                               | 2,640円                             |                    |
| 花 あ し ら い                                        | 阿部美香子                                                                   | 日③<br>10:30~12:30                               | 2,630円                             |                    |
| 花 美 ア ー ト                                        | 志田 庸子                                                                   | 火③<br>13:30~15:30                               | 2,640円                             |                    |
| キャンドルを作ろう                                        | 齊藤 智子                                                                   | 月③<br>10:30~13:30                               | 2,970円                             |                    |
| 健康折り紙教室                                          | 齊藤 智子                                                                   | 金②<br>13:00~15:00                               | 2,420円                             |                    |
|                                                  | 氏家 章次                                                                   | 月③<br>10:15~12:15                               | 2,200円<br>教材費300円                  |                    |
| 教養・外国語                                           |                                                                         |                                                 |                                    | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
| はじめてみよう英会話                                       | 幕田志津香                                                                   | 火①②③<br>10:30~12:00                             | 6,600円                             |                    |
| やさしい英会話                                          |                                                                         | 水①③④<br>13:30~15:00                             | 6,600円<br>テキスト代別途                  |                    |
| やさしい韓国語                                          | 安田 葉子                                                                   | 土①②③<br>19:00~20:30                             | 6,600円                             |                    |
| ス ペ イ ン 語<br>入門(A1～A2)                           |                                                                         | 木①②④<br>10:15~11:45                             | 6,600円<br>テキスト代別途                  |                    |
| スペイン語 初級                                         |                                                                         | 火<br>18:15~19:45                                |                                    |                    |
| たのしい<br>スペイン語(B1)                                | 菅野エリ V. V.                                                              | 水<br>18:45~20:15                                | 7,700円                             |                    |
| ス ペ イ ン 語<br>中級(B2～C1)                           |                                                                         | 木<br>18:45~20:15                                |                                    |                    |
| 楽しい中国語                                           | 李 淑薇                                                                    | 木①②③<br>19:00~20:30                             | 6,600円                             |                    |
| やさしいドイツ語入門                                       | 磯崎 康彦                                                                   | 金<br>13:30~14:30                                | 7,700円                             |                    |
| 家族で使える<br>オンライン英会話<br>ク ラ ウ テ ィ<br>(マンツーマン在モレッス) | 全曜日<br>(別途講師あり)<br>8:00~24:00<br>※ご来店<br>申込特典あり<br>(併修は店舗に<br>お問合せください) | 4,950円~                                         |                                    |                    |
| <b>新</b> シニアライフプラ<br>ン(全4回)                      | クラウティ<br>専属外国人講師                                                        | 日①③<br>10:30~12:00                              | 3,960円                             |                    |
| 世界の名画鑑賞入門                                        | 佐久間 進                                                                   | 土②<br>10:15~12:15<br>8/14(土)スタート<br>8月のみ35/4回まで | 2,200円                             |                    |
| 俳 句 を 楽 し む                                      | 早川 博明                                                                   | 土②<br>13:30~15:00                               | 3,300円                             |                    |
| 宇宙と地球のお話<br>(12ヶ月コース)                            | 丹羽 裕子                                                                   | 火③<br>10:15~12:15                               | 2,750円<br>資料代別途                    |                    |
| 朗読・<br>読みきかせ講座                                   | 高梨 光一                                                                   | 土④<br>13:00~14:30                               | 2,750円<br>テキスト代<br>1,023円          |                    |
| はじめての朗読                                          | 荒川 守                                                                    | 月②④<br>13:30~15:00                              | 3,960円                             |                    |
| 朗読でリフレッシュ                                        | 引田さいこ                                                                   | 月②④<br>10:30~12:00                              | 3,960円                             |                    |
| ビジネスパソコン<br>基礎講座                                 | 菊地まゆ子                                                                   | 土①③<br>13:30~15:00                              | 3,960円                             |                    |
| 趣味のパソコン入門                                        | 志間 幸恵                                                                   | 土①③<br>10:15~11:45                              | 4,620円<br>テキスト代別途                  |                    |
|                                                  |                                                                         | 火②④<br>10:30~12:00                              | 4,620円<br>パソコンソフト購<br>1ヶ月550円      |                    |

| ダンス・健康                           |                |                             | 運営維持費別途<br>(教材費別途) |
|----------------------------------|----------------|-----------------------------|--------------------|
| ソシアルダンス                          | 八島 芳崇<br>塚本 洋子 | 火②④<br>13:00~14:15          | 3,960円             |
| ビューティーバレエ                        | 矢口 祐子          | 水<br>10:15~11:15            | 6,600円             |
| だれでもバレエ                          |                | 水①③<br>19:00~20:00          | 3,960円             |
| バレエストレッチ                         | 鈴木千賀子          | 火<br>10:30~11:30            | 6,600円             |
| クラシックバレエ                         | 古川 楓           | 火①③<br>10:30~11:30          | 4,180円             |
| ベリーダンス                           | Harumi         | 月②④<br>13:30~14:30          | 3,960円             |
|                                  |                | 金<br>19:15~20:35            | 7,700円             |
|                                  |                | 土②④<br>12:50~14:20          |                    |
|                                  |                | 金①③<br>13:00~14:30          | 3,960円             |
| ベリーダンスプラス                        |                | 金②④<br>13:00~14:30          |                    |
|                                  |                | 金<br>13:00~14:30            | 7,810円             |
| 週末の<br>ハワイアンフラ                   | 辻 恵子<br>佐藤 典子  | 土①③<br>10:30~12:00          | 3,960円             |
| お勤め帰りのフラ                         | 菊地奈緒子          | 火①③<br>18:30~19:30          | 4,180円             |
| K-POP&J-POP                      | Yu-ra          | 火①③<br>14:30~15:15          | 3,960円             |
| K-POP&HIP HOP                    | 八島 玲奈          | 月②④<br>19:00~20:00          | 3,960円             |
| 健康ダンス<br>「ジャディス」                 | 塚本 洋子          | 木<br>10:30~11:50            | 6,600円             |
|                                  |                | 月①③<br>13:30~14:30          | 3,960円             |
| リラックスヨーガ                         | 芳賀 絹子          | 木②④<br>10:15~11:30          | 3,960円             |
|                                  |                | 木②④<br>11:45~13:00          |                    |
| リフレッシュ<br>ヨーガ                    | 狩野 政子          | 金①③<br>10:30~11:45          | 3,960円             |
| シニアのための<br>養生ヨガ                  | 齋藤 知子          | 金①③<br>13:30~15:00          | 4,180円             |
| やさしいヨガ                           | アッキー           | 月②④<br>13:30~15:00          | 4,180円             |
| 休日のハタヨーガ                         |                | 日①③<br>13:30~15:00          | 4,180円             |
| ルーシーダットン                         | 本田 照美          | 火①③<br>13:00~14:00          | 3,960円             |
| ゆったりピラティス                        |                | 金①③<br>10:15~11:05          | 3,300円             |
| ピラティス                            | 勅使河原洋子         | 日①③<br>10:15~11:15          | 3,960円             |
|                                  |                | 日①③<br>11:30~12:30          |                    |
|                                  |                |                             |                    |
| 優雅に踊る<br>ポルポラ                    | 榊原 美保          | 火①③<br>10:30~11:30          | 3,960円             |
| <div>新</div> 体幹バランスアップ<br>エクササイズ | 鈴木千賀子          | 日①③<br>中学生以上<br>18:00~19:00 | 4,180円             |
|                                  | 背骨コンディショニング    | 金子 英子                       | 月①③<br>10:30~12:00 |
| 骨盤ストレッチ                          | Harumi         | 水②④<br>10:30~11:30          | 3,960円             |
| 一歩進んだ<br>ラジオ体操教室                 | 金子 英子          | 水②④<br>13:30~14:45          | 3,300円             |
| ラジオ体操&<br>ハートフル体操                |                | 水①③<br>13:30~14:45          | 3,300円             |
| ほぐしてのばして<br>ストレッチ                | 荒川 薫           | 火②④<br>10:30~11:30          | 3,960円             |
| <div>新</div> 身体<br>メンテナンス        |                | 水①③<br>18:30~19:30          | 4,180円             |
| 健康サポート体操                         | 榊原 美保          | 水①③<br>10:30~11:30          | 3,960円             |
| 空 手 道                            | 藤田勝太郎<br>他講師   | 土<br>4歳~大人<br>13:00~14:00   | 5,940円             |
|                                  |                | 土②④<br>4歳~大人<br>14:00~15:00 | 3,960円             |
| 陳式太極拳と<br>太極健身棒                  | 齋藤 博           | 木①③<br>13:30~15:00          | 4,180円             |
| スポーツ<br>ウェルネス吹矢                  | 吉田 憲春<br>吉田みどり | 木②④<br>13:00~15:00          | 3,960円             |